



利府町立しらかし台小学校 保健室

平成22年1月13日

今年もよろしくお願いいたします。

新学期が始まって、数日ですが、学校での欠席は、インフルエンザは0人です。利府町内の学校でもインフルエンザは0人です。しかし、嘔吐・下痢・お腹の痛くなる胃腸炎が流行してきています。

今年もやはり手洗い・うがいを心がけて、健康に一年を過ごしましょう。

1月の保健目標

換気に気を付け

健康に過ごそう

## ～閉めきった部屋の恐怖～



今月の保健目標は「換気に気を付け、健康に過ごそう」です。

教室でも家庭でも、暖かい空間は気持ちがいいものですが、思い切って換気をする勇気も健康で過ごすうえでは必要です。



- 二酸化炭素・・・みなさんの吐く息からどんどん排出。頭がぼんやりして、集中力はどんどん低下。
- におい・・・多くの人や物のにおいで、独特の空気に・・・。
- 熱気・・・高すぎる室温は、眠気をさそいます。
- ウイルス・細菌・・・閉めきった部屋は、かぜウイルスの天国！！

**1時間に1回、窓と出入り口の2か所を開けて、  
3分～5分間空気の入替えをしましょう。**

保健安全委員会で作った

## かんきのうた

曲 サザエさんのはじまりの歌  
作詞 5年

インフルエンザよぼーうで  
かんきをしよう  
もちろん てあらい  
うがいもしようよ



みんなしんけんでー  
かーんきしているよ  
これでインフルエンザー  
よぼうになったー



みんなでおぼえてね。

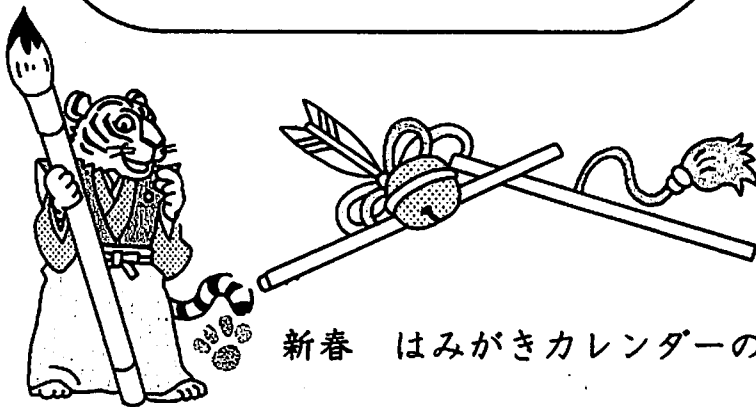
### 保健安全委員会の紹介

保健安全委員会では、この冬、歌あり、踊りあり、笑いありの創作劇「新型インフルエンザ」のビデオ撮影を終えました。

放送は、2月の児童朝会になります。

また、手洗いポスターコンクールに応募して、学校奨励賞と石けんを100個もらいました。

毎日、寒い配膳室で、給食の片付けもがんばっています。



### 新春 はみがきカレンダーの作品展

3年生は、町の保健事業で1か月のはみがきカレンダーを実践していますが、その他の学年は、1階の中庭入口に、冬休みのはみがきカレンダーを掲示しました。

それぞれ目標をたてて、がんばって歯みがきをしてくれました。今回は全員に「たいへんよくできました」をあげました。

裏面には、去年楽しかったことや、冬休みに楽しかったこと、今年がんばりたいことを書いてくれた人たちもいます。ふだん私は聞くことがなかったので、すごく楽しく見させていただきました。

今年がんばりたいことは「勉強」が多かったです。さすがですね！「はやね・はやおきをがんばる」も私を笑顔にさせてくれました。

どうぞ来校した際は、保護者のみなさまもご覧ください。